കാൻ ശ്രമിക്കാവുന്നതാണ്. പക്ഷേ, ആത്മഹത്യാശ്രമത്തെ ശിക്ഷാർഹമായ ഒരു കുററമാക്കുന്ന ഇന്ത്യൻശിക്ഷാനിയമത്തിലെ 309-ാം വകുപ്പ് അസാധുവാണെന്ന് ജസ്റ്റിസ് സച്ചർപോലും പ്രഖ്യാപിച്ചിട്ടില്ല. ആത്മഹത്യയ്ക്കു മുതിരുന്നവർ ഇക്കാര്യം മറക്കാതിരിക്കുന്നതു കൊള്ളാം.

(ആധാരം: മാർച്ച് 18—ലെ സ്റ്റേററ്സ്മാൻ പത്രം)

11 മെയ്, 1986

101. സഞ്ജീവിനി

ദൽഹിയിലെ 'സഞ്ജീവിനി' എന്ന സ്ഥാപനത്തെക്കുറിച്ചു വായിച്ചപ്പോൾ, ആത്മാർത്ഥതയും, അൽപ്പമൊരു പരിശീലനവും ഉള്ളവർക്കു സേവനത്തിനു് എത്രയെത്ര രാജപാതകളാണ് നമ്മുടെ നാട്ടിൽ തുറന്നുകിടക്കുന്നതു് എന്ന് അത്ഭുതത്തോടെ ഓർത്തുപോയി.

'പ്രതിസന്ധികളിൽ ഇടപെടുന്നതിനുള്ള ഒരു കേന്ദ്രം' (ക്രൈസിസ് ഇൻറർവെൻഷൻ സെൻറർ) ആണ് സഞ്ജീവിനി. പ്രതിസന്ധികൾ ആരുടെ ജീവിതത്തിലാണ് ഇല്ലാത്തതു്? പ്രതിസന്ധികളിൽ അകപ്പെട്ട് എന്തുചെയ്യണമെന്ന് അറിയാതെ നട്ടംതിരിയുന്ന മനുഷ്യൻെറ ഏററവും വലിയ ആവശ്യം, തൻെറ ആവലാതികൾ ക്ഷമയോടെ കേൾക്കാൻ സന്നദ്ധതയുള്ള മററൊരു മനുഷ്യനാണ്. പങ്കിടപ്പെടുമ്പോൾ ആഹ്ലാദം വർദ്ധിക്കുകയാണു ചെയ്യുക. നേരെ മറിച്ചാണു ദുഃഖത്തിൻെറ സ്ഥിതി. മററൊരാളുമായി പങ്കിട്ടാൽ ദുഃഖം പാതിയെങ്കിലുമായി കുറയും.

പക്ഷേ, നമ്മുടെ സങ്കടങ്ങൾ കേൾക്കാൻ സന്നദ്ധത എത്ര ആളുകൾക്കുണ്ട്? കേൾക്കാനല്ല, പറയാനാണ് എല്ലാവർക്കും വെമ്പൽ. പരാതികളുടെ കനത്ത കെട്ടുകളും പേറിയാണ് ജീവിതത്തിലൂടെ നാം ഓരോരുത്തരും മുന്നോട്ടു പോകുന്നതു്. അൽപ്പസമയത്തേക്കെങ്കിലും ഈ ചുമടുകൾ ഒരു അത്താണിയിൽ ഇറക്കിവെച്ച് ആശ്വാസംകൊള്ളുന്നതിനു് ആഗ്രഹിക്കാത്തവർ ഇല്ല. അതിനിടയ്ക്കു മററുള്ളവരുടെ പരാതിക്കെട്ടുകൾ ഏററെടുക്കാൻ സന്നദ്ധതയുള്ളവർ, സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ, കുറവായിരിക്കും—പ്രത്യേകിച്ചും മഹാനഗരങ്ങളിൽ. അവിടെ തൊട്ടടുത്ത മുറിയിൽ പാർക്കുന്ന കുടുംബത്തെപ്പററി ശ്രദ്ധിക്കാൻ ആർക്കുണ്ട് നേരം?

പലതരം സഹായങ്ങൾ ദിവസേന നമുക്കെല്ലാം വേണം. തൊഴിലില്ലാത്തവർക്കു തൊഴിൽ വേണം. സാമ്പത്തിക ഞെരുക്കങ്ങളുണ്ടാവുമ്പോൾ പണം തന്നു സഹായിക്കാൻ ആരു വേണം. ഇത്തരം സഹായങ്ങൾ നൽകാൻ കഴിവുള്ളവർ കുറവാണ്. പക്ഷേ, ഭൗതികങ്ങളായ ഈ സഹായങ്ങളേക്കാൾ എത്രയോ പ്രാധാന്യമുള്ള, മാനസികങ്ങളെന്നോ ആദ്ധ്യാത്മികങ്ങളെന്നോ പറയാവുന്ന, ഒട്ടനവധി സഹായങ്ങൾ വേറെയുണ്ട്. സഹജീവികൾ തങ്ങളെ അംഗീകരിക്കണമെന്ന് എല്ലാ മനുഷ്യരും ആഗ്രഹിക്കുന്നു. അംഗീകരിക്കണമെങ്കിൽ മനസ്സിലാക്കിയിട്ടു വേണമല്ലോ. അംഗീകരിക്കുന്നതു പ്രോത്സാഹനം നൽകുന്നതിനാണ്. ധാരണ (മനസ്സിലാക്കൽ), അംഗീകാരം, പ്രോത്സാഹനം എന്നിവ വലിയവരും ചെറിയവരുമായ എല്ലാ വ്യക്തികളുടേയും ആദ്ധ്യാത്മികാവശ്യങ്ങളാകുന്നു. മുമ്പൊക്കെ വലിയ കൂട്ടുകുടുംബങ്ങൾ, ജോലിത്തിരക്കില്ലാത്ത പഴയ അയൽപക്കക്കാർ, സേവനം വ്രതമാക്കിയ മതസംഘടന

കൾ മുതലായവർ വ്യക്തികളുടെ ഈ മാനസികാവശ്യങ്ങൾ നിറവേററിപ്പോന്നു. ഇക്കാലത്താകട്ടെ, കൂട്ടുകുടുംബങ്ങൾ തകർന്നിരിക്കുന്നു. അയൽപക്കക്കാർ കൂടെക്കൂടെ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. മതസംഘടനകൾ ദുർബലപ്പെടുകയുംചെയ്തിരിക്കുന്നു. ഈ പരിസ്ഥിതിയിൽ, പ്രത്യേകിച്ചും മഹാനഗരങ്ങളിൽ, നിറവേററപ്പെടാതിരുന്നാൽ മനുഷ്യരെ സർവനാശത്തിലേക്കു നയിക്കുന്ന മുൻപറഞ്ഞ ആദ്ധ്യാത്മികാവശ്യങ്ങളുടെ പൂർത്തീകരണത്തിനുവേണ്ടി നാം എങ്ങോട്ടു നോക്കാനാണ്? ആരെ സമീപിക്കാനാണ്?

പ്രശ്നങ്ങളോ? അവ നാൾതോറും പെരുകിവരികയുമാണ്. അയൽപക്കത്തെ കുടുംബത്തെ നോക്കുക. അവിടെ പ്രശ്നം ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിലുള്ള പൊരുത്തക്കേടാണ്. ഭർത്താവു മദ്യപിക്കുന്നു. ഭാര്യയുടെ ചാരിത്ര്യത്തെ സംശയിക്കുകയുംചെയ്യുന്നു. ഫലമോ! നിത്യകലഹം. ആത്മഹത്യയിൽ ജീവിതമൊടുക്കിയാലെന്തെന്ന് ആ പാവപ്പെട്ട സ്ത്രീ ആലോചിച്ചുപോകാത്ത ദിവസങ്ങളില്ല. മക്കളെ കരുതി അവൾ ആ സാഹസം അനുഷ്ഠിക്കുന്നില്ലെന്നുമാത്രം. അവളുടെ ഭർത്താവിന്റെ പ്രശ്നം അതിമദ്യാസക്തി (ആൽക്കഹോളിസം) ആകുന്നു. കുടിക്കരുതെന്ന് അയാൾ എന്നും കരുതും. പക്ഷേ, കൈയിൽ കാശുവന്നാൽ അയാൾക്കു കുടിക്കാതെ വയ്യ; കുടിച്ചു തുടങ്ങിയാൽപ്പിന്നെ എവിടെ നിർത്തണമെന്നും അറിഞ്ഞുകൂടാ. മദ്യത്തിന്റെ അടിമയായ അയാൾക്ക് ഈ അടിമത്തത്തിൽനിന്നു വിട്ടുപോരാൻ തനിക്ക് എന്നെങ്കിലും കഴിയുമെന്ന ആശതന്നെയില്ല. ഇനി മക്കളുടെ സ്ഥിതിയോ? മൂത്തവൻ സ്കൂളിൽനിന്ന് ഒളിച്ചോടി ഉഴപ്പിനടക്കുകയാണ്. കഞ്ചാവാണ് അവന്റെ ജീവൻ; അവൻ ജീവിച്ചിരിക്കുന്നതുതന്നെ കഞ്ചാവുവലിക്കാനാണ്. ഇതിനു കാശുണ്ടാക്കാൻവേണ്ടി അവൻ ചില്ലറ മോഷണങ്ങൾ നടത്തുന്നു. ഇപ്പോൾത്തന്നെ അവൻ പോലീസ്സിന്റെ നോട്ടപ്പുള്ളിയായിരിക്കുന്നു. അവന്റെ താഴെയുള്ള പെണ്ണു മന്ദബുദ്ധിയാണ്. ആരെ കണ്ടാലും ചിരിക്കും; ആരു വിളിച്ചാലും കൂടെപ്പോവും. അതിനും താഴെയുള്ളവളോ? പിള്ളവാതംബാധിച്ച് അവളുടെ കാലുകൾ ശോഷിച്ചിരിക്കുന്നു. ഇഴഞ്ഞാണ് സഞ്ചാരം.

ഈ കുടുംബത്തെ സഹായിക്കാൻ ആർക്കെങ്കിലും കഴിയുമോ? 'കഴിയും' എന്ന വിശ്വാസമാണ് 'സഞ്ജീവിനി' പോലുള്ള സ്ഥാപനങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനം. സഹായിക്കാൻ സന്നദ്ധതയുണ്ടെങ്കിൽ മറെറാന്നും ചെയ്യാൻ കഴിവില്ലെങ്കിൽക്കൂടി, ആവലാതികൾ ക്ഷമാപൂർവ്വം കേൾക്കാൻ തടസ്സമൊന്നുമില്ലല്ലോ. പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുന്നതിന്റെ തുടക്കം ഈ ആവലാതികേൾക്കലാണ്.

മററുള്ളവരുടെ ആവലാതികൾ കേൾക്കാൻ സന്നദ്ധതയുള്ള ഏതാനും യുവസാമൂഹ്യപ്രവർത്തകർ 1976–ൽ തുടങ്ങിയതാണ് ദൽഹിയിലെ 'സഞ്ജീവിനി.' അവരുടെ കൈയിൽ പണമുണ്ടായിരുന്നില്ല. പക്ഷേ, സേവനത്തിനുള്ള ആഗ്രഹമുണ്ടായിരുന്നു. ഗാന്ധി പീസ് ഫൗണ്ടേഷൻ അവർക്ക് ഒരു മുറിയും ഒരു ടെലിഫോണും കൊടുത്തു. പിന്നീട് ഒരു സ്കൂളിൽ, തട്ടികവെച്ചു മറച്ചു കുറച്ചു സ്ഥലം അവർക്കു കിട്ടി. ക്രമേണ സർക്കാരിൽനിന്ന് അൽപ്പസ്വൽപ്പം സഹായധനം ലഭിച്ചുതുടങ്ങി. ഇപ്പോൾ, ധാരാളം വാഹനത്തിരക്കുള്ള ഒരു മേല്പാലത്തിനു (ഫ്ളൈ ഓവർ) താഴെ ഒരു മുറി സ്വന്തം ആപ്പീസായി അവർക്കു കിട്ടിയിരിക്കുന്നു. പാലത്തിനു മുകളിലൂടെ ബസ്സുകൾ ചീറിപ്പാഞ്ഞു പോകുമ്പോൾ ആപ്പീസ് വിറയ്ക്കുകയും ശബ്ദംകൊണ്ടു നിറയുകയുംചെയ്യും. എന്നാലെന്താണ്? ആർക്കും അവിടെ ചെന്നിരിക്കാം. സൗജന്യമായി കിട്ടുന്ന ചായ കുടിക്കാം. തട്ടികകൊണ്ടു മറച്ച് ഉണ്ടാക്കിയ കൊച്ചുമുറികളിൽ

(ക്യൂബിക്കിൾ) കസേരയിൽ ഇരുന്ന്, മറ്റൊരു കസേരയിൽ തൊട്ട്, ഇരിക്കുന്ന സാമൂഹ്യപ്രവർത്തകനോട് (പ്രവർത്തകയോട്) തന്റെ സങ്കടങ്ങൾ പറയാം.

ചായ മാത്രമല്ല ആവലാതിക്കാർക്ക് അവിടെ കിട്ടുക. വേണമെങ്കിൽ ഉപദേശവും കിട്ടും. പരാതിക്കാരിൽ പലരും വിദഗ്ധ വൈദ്യോപദേശവും ചികിത്സയും ആവശ്യമുള്ളവരാണ്. ഇത്തരക്കാരെ സഞ്ജീവിനിയിലെ പ്രവർത്തകർ ആ വഴിക്കു തിരിച്ചുവിടുന്നു. മററു ചിലർക്ക് സാമ്പത്തികവും മററു വിധത്തിലുള്ളതുമായ ചില്ലറ സഹായങ്ങൾ നല്കപ്പെടുന്നു.

പ്രധാനമായ സംഗതി, വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള സമ്പർക്കത്തിലൂടെ പ്രശ്നപരിഹാരത്തിനുള്ള അന്തരീക്ഷം ഉരുത്തിരിഞ്ഞുവരുന്നു എന്നതാണ്. വ്യക്തിപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക്, മിക്കപ്പോഴും പുറമേനിന്ന് പരിഹാരം ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയില്ല. പ്രശ്നം ആരെ പീഡിപ്പിക്കുന്നുവോ അയാൾതന്നെ വേണം പ്രശ്നം പരിഹരിക്കാൻ. ഉപദേശംകൊണ്ടൊന്നും വലിയ കാര്യമില്ല. തന്റെ പ്രശ്നം യഥാർത്ഥത്തിൽ എന്താണെന്ന് ഓരോരുത്തരും സ്വയം കണ്ടറിയണം. സഹാനുഭൂതിയുള്ള ഒരു ശ്രോതാവുമായി സ്വന്തം സങ്കടങ്ങളെക്കുറിച്ചും നൈരാശ്യങ്ങളെക്കുറിച്ചും രാഗദ്വേഷങ്ങളെക്കുറിച്ചുമൊക്കെ കുറെയേറെ സംസാരിച്ചുകഴിയുമ്പോൾ, പരാതിക്കാരന് ഉള്ളിനുള്ളിൽ ആശ്വാസം ഉദിച്ചുയരുന്നു. തന്നെ അലട്ടുന്ന പ്രശ്നത്തിന്റെ യഥാർത്ഥരൂപം അയാൾ മനസ്സിലാക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. ഇതിനു ചിലപ്പോൾ ഒട്ടുവളരെ ദിവസമെടുക്കും. പ്രശ്നം മനസ്സിലാകുന്നതോടൊപ്പം അതിന്റെ പരിഹാരവും മനസ്സിലുദിക്കുന്നു. പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുന്നതിനുള്ള ദൃഢനിശ്ചയം ഇതിനെ തുടർന്ന് ഉളവാകുന്നു.

'ഉദ്ധരേദാത്മനാത്മാനം
നാത്മാന മവസാദയേൽ
ആത്മൈവ ഹ്യാത്മനോ ബന്ധുഃ
ആത്മൈവ രിപുരാത്മനഃ'

എന്ന് ഭഗവദ്ഗീതയിൽ പറഞ്ഞിട്ടുള്ളത് സനാതനമായ ഒരു മനശ്ശാസ്ത്രസത്യമാകുന്നു. തന്റെ ബന്ധു യഥാർത്ഥത്തിൽ താൻതന്നെയാണ്. തന്റെ ശത്രുവും താൻതന്നെ. അതിനാൽ, ഒരാളെ ഉയർത്താൻ അയാൾക്കു മാത്രമേ കഴിയൂ. അവനവനെ തളർത്താതെ നോക്കുകയാണ് എല്ലാ ഉയർച്ചയുടെയും അടിസ്ഥാനം.

സഞ്ജീവിനി ഇക്കഴിഞ്ഞ ഏഴു വർഷങ്ങളിൽ മൂവായിരത്തോളം ദുഃഖിതർക്ക് ആശ്വാസം നൽകിയിട്ടുണ്ടത്രെ. ആദ്യകാലത്ത് സഞ്ജീവിനിയുടെ സഹായമഭ്യർത്ഥിച്ചു വന്നിരുന്നത് അധികവും പുരുഷന്മാരായിരുന്നു. ഇപ്പോൾ സ്ത്രീകളും ധാരാളമായി ഈ സ്ഥാപനത്തിന്റെ സഹായം തേടുന്നുണ്ട്. ആത്മഹത്യ ചെയ്യാനുറച്ച്, വിഷം വാങ്ങി അതുകൊണ്ടാണത്രെ ഒരു യുവവിധവ ഈ സ്ഥാപനത്തിലേക്ക് ചെന്നത്. മരിച്ചുപോയ ഭർത്താവിന്റെ അച്ഛനമ്മമാരുമായി പൊരുത്തപ്പെടാനാവുന്നില്ലെന്നതായിരുന്നു ചെറിയ ഒരു കുട്ടിയുള്ള ഈ സ്ത്രീയുടെ പ്രശ്നം. അവിവേകം നിമിത്തം കുരുക്കിൽപെട്ടുപോയ ചില പെൺകിടാങ്ങൾക്ക് വേണ്ടിയിരുന്നതു മാനക്കേടു കൂടാതെ ഗർഭം എടുത്തുകളയലായിരുന്നു. സഞ്ജീവിനിയുടെ സഹായം അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നവരിലധികവും പതിനാറുമുതൽ മുപ്പത്തഞ്ചുവരെ വയസ്സുള്ള യുവജനങ്ങളാണത്രെ. ഇവരിൽ പലരും മയക്കുമരുന്നുകളുടെ അടിമകളാണ്. കുടുംബകലഹമാണ് വേറെ ചിലരുടെ പ്രശ്നം. കുറച്ചു നേരമെങ്കിലും സ്വൈര്യമായി ഒരിടത്ത് ഇരിക്കാൻവേ

ണ്ടിയാണ് ചിലർ അവിടെ വരുന്നത്. ഇവർക്കൊക്കെ അവിടെ ശ്രദ്ധയും സമയവും നല്ല വാക്കും ചിലപ്പോൾ ചായയും കിട്ടുന്നു.

സഞ്ജീവിനിപോലുള്ള സ്ഥാപനങ്ങളുടെ ആവശ്യം ഏറിയേറിവരികയാണ്. പ്രത്യേകിച്ചും കേരളത്തിൽ. കടുത്ത ജീവിതമത്സരവും, അന്ധങ്ങളായ രാഷ്ട്രീയ—സാമുദായികവൈരങ്ങളും, പൊതുവായ സാമ്പത്തികത്തകർച്ചയുംനിമിത്തം അമ്പരപ്പിക്കുന്ന വിധത്തിൽ മനോരോഗികൾ ഇവിടെ വർദ്ധിച്ചുവരുന്നു. സർക്കാർതലത്തിലും സ്വകാര്യതലത്തിലും ഉള്ള ചിത്തരോഗാശുപത്രികൾ എല്ലാം നിറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. പല മനോരോഗികൾക്കും ചികിത്സ ആവശ്യമായിരിക്കാം. എന്നാൽ, ചികിത്സയെക്കാളേറെ ആവശ്യം ഏറെപ്പേർക്കു് സഹായമാണ്, പ്രത്യേകിച്ചും മനോരോഗങ്ങളുടെ ആരംഭദശകളിൽ ശരിയായ മാർഗദർശനവും ഉപദേശവും വേണ്ട സമയത്തു ലഭിച്ചിരുന്നെങ്കിൽ ഇന്നു നാം മനോരോഗികളായി കാണുന്ന പലരും ആ നിലയിൽ എത്തുമായിരുന്നില്ല. ഇനിയും ശരിയായ മാർഗദർശനവും ഉപദേശവും നൽകുന്നപക്ഷം അവരിൽ പലരെയും വീണ്ടെടുക്കാനും സമാധാനപൂർണവും ഫലപ്രദവുമായ ജീവിതം നയിക്കുന്നതിനു് അവർക്കു് കഴിവു നൽകാനും സാധിച്ചേക്കും. കുട്ടികളുടെ കാര്യത്തിൽ ഇതു് പ്രത്യേകിച്ചും പ്രസക്തമാണ്. അവർ വഴിതെറ്റിപ്പോകാൻ ഇന്നു് എത്രയേറെ സാധ്യതകളാണുള്ളതു്. അവരെ ശരിയായ വഴിയിലൂടെ നയിക്കാൻ ഇന്നുള്ള സംവിധാനങ്ങൾ എത്രമാത്രം അപര്യാപ്തങ്ങളാണ്!

സമൂഹവിജ്ഞാനം, മനശ്ശാസ്ത്രം മുതലായ വിജ്ഞാനവിഭാഗങ്ങളിൽ ശിക്ഷണം നേടുന്ന യുവജനങ്ങൾ കേരളത്തിൽ കുറവല്ല. 'സഞ്ജീവിനി' അവരിൽ ചിലർക്കെങ്കിലും മാതൃകയാവേണ്ടതാണ്.

20 നവംബർ, 1983

○○